

栄養士養成課程における学内インターン実習制度の取り組み[†]

森 美奈子

MORI Minako

高齢化社会が進んだ現代において、人々が健康で長生きするためには、生活習慣病の予防や生活習慣病罹患者の減少が、社会的な大きな課題である。栄養士は人々の健康の保持増進、疾病の治療などを食の面からサポートする重要な職務を担っている。特に、近年、幼い頃からの食育教育や生活習慣病に罹患する前の一時予防のための栄養教育に力が入られている。そこで、本研究では、栄養士養成課程において、免許必修科目である栄養教育論実習の授業の一環として行った学内インターン実習の栄養士職業実践教育の取り組みについて報告したい。また、児童教育学科の学生を栄養指導対象者として選定し、将来、子ども達の食育教育担当者として、食育の重要性を認識する動機付けになることを目的とする学科間を越えた交流授業の取り組みであることも併せて報告したい。

キーワード：栄養指導、職業実践教育、食育、学科間交流、自己有能感

1. 目的

栄養士法第一条に、「栄養士とは都道府県知事の免許を受けて、栄養士の名称を用いて栄養の指導に従事することを業とする者をいう。」という条文が記載されている。栄養士は、人々の健康づくりをサポートするために、様々な角度から栄養指導のアプローチを試みることが業務の要である。具体的には、対象者に合わせた献立の作成と食事の提供、これに付随する栄養指導を行うことである。対象者にとって望ましい食生活の行動変容に導くためには、個々人の生活習慣や食習慣に合わせたオーダーメイドの栄養指導が必要である。また、効果的な栄養指導をするためには、栄養や食品に関する専門的な知識に加え、栄養アセスメントやプランニングなどの栄養ケアマネジメント能力も求められる。さらに、カウンセリングやコーチングのスキルも求められる。そこで、栄養士養成課程の学びの集大成として、この実習を位置づけ、卒業後の栄養指導業務の職業実践教育として、学内インターン実習を行った。

調査対象者としては、将来、子ども達の食育教育の実践者である幼稚園教諭、保育士を目指す児童教育の

学生を選定し、食育の重要性を認識する動機づけの機会になるかという効果も探った。そして、この実習を通して、両学科の学生に、どのような意識変化が起きたかを調査した。

2. 方法

実習期間：平成20年12月10日～平成21年1月16日

実習実施者：家政学科栄養士コース短期大学生
2年生40名

調査対象者：児童教育学科短期大学生2年生42名

調査方法：家政学科食物栄養専攻栄養士コースの学生が、児童教育学科の授業に3回にわたって入り込み、アンケートや食事調査、栄養相談などを実施した。

1回目：実習の目的、内容の説明、協力のお願ひ、個人情報保護遵守の説明、食事バランスチェック、食行動アンケートの実施、食事調査用紙の配布・説明、メールアドレスの交換

2回目：食事バランスチェック・食行動アンケート、食事調査用紙の回収

3回目：栄養相談、実習アンケートの回収

3. 実習内容

3.1 インターン実習に取り組む前に

栄養指導を行うにあたっては、対象者の食習慣、生活習慣、身体状況、食物摂取状況などのデータを集め、客観的、科学的なアセスメントを行い、個々の状況に応じて、栄養指導計画案を作成しなければならない。この実習は、栄養教育論実習の授業の一環であることから、予め予備実習として、栄養士コースの同じクラスの学生を対象に栄養アセスメントを行い、栄養指導計画案を作成し、計画案に基づいて、栄養士役と対象者役に分かれて、実際の栄養指導を想定した栄養指導のロールプレイングを行った。また、予め栄養指導に必要なカウンセリングやコーチングの基礎知識を教育した。このロールプレイングにより、学生は他人に分かりやすく栄養指導をすることの難しさを実感したと同時に、栄養士コースの学生間では、いつの間にか専門用語を使用し、専門知識を知っていることを前提にした指導内容になっていることが判明した。

将来、栄養士として様々な対象者に栄養指導をするためには、専門が違う学生を対象とした方が、より実践的な栄養指導の訓練になるのではないかと推察された。また、児童教育学科の授業に入り込むにあたって、食や健康に関連した授業科目間で実習を行い、双方の授業内容に沿う形とした。

3.2 インターン実習の流れ

データ収集

- ・身体状況調査
身長、体重、問診表による自覚症状の聞き取り調査
- ・食事内容調査
食事バランスチェック表アンケート
24時間思い出し法による食事調査法の記入
摂取した食事、食品を写真撮影し、メールで担当学生に送信
- ・食行動分析アンケート

栄養指導アセスメントとプランニング

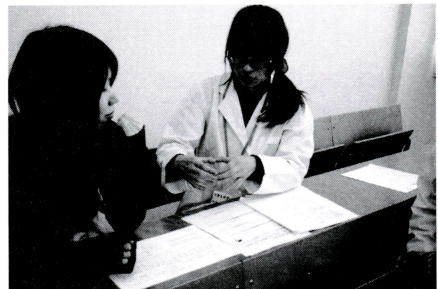
- ・食事調査の分析
24時間思い出し法食事調査表、写真メールの映像により、食事摂取量を解析
↓
「らくらく栄養相談 EX」ソフトを使用して、栄養価計算、食事診断チャートを作成
↓
栄養指導計画案、食事アドバイスシートの作成
- ・身体状況調査、食行動分析アンケートの分析
↓
肥満度の算出、栄養指導計画案、食事アドバイスシートの作成

栄養指導の実施

- ・担当学生が、対象学生に栄養指導を実施する

反省・報告会

- ・今回の実習を振り返って、対象者の問題点、栄養指導方法、反省点などをスピーチして、情報交換を行う



栄養士法により、栄養士の名称を用いて栄養指導を行うことは法律違反になるため、学生は栄養士見習いという名札をつけて実習を実施した。

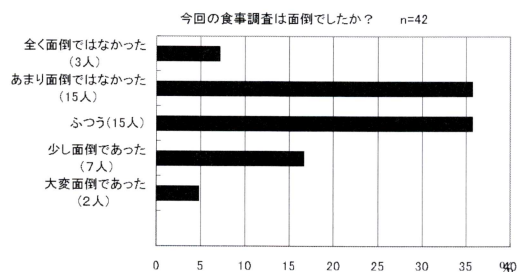
4. 結果

今回の実習が、両学科の学生にとって有効であったかどうかを集合調査法アンケートにより調査した。回答は、多項目選択回答方式で回答してもらい、実習の取り組み自体の有効性と、栄養指導の効果についての有効性の両面を調査した。

① 今回の食事調査は面倒したか？

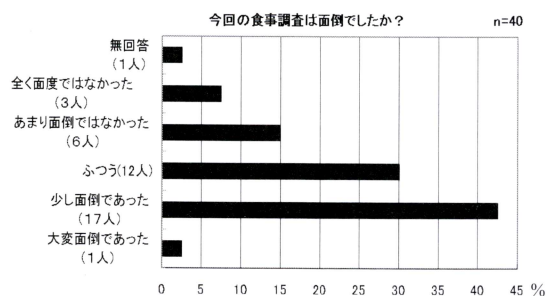
<児童教育学科>

図 1-1



<栄養士コース>

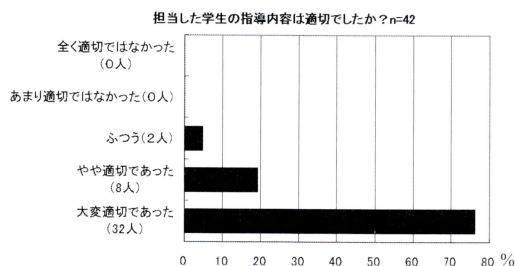
図 1-2



② 担当した学生の指導内容は適切でしたか？

<児童教育学科>

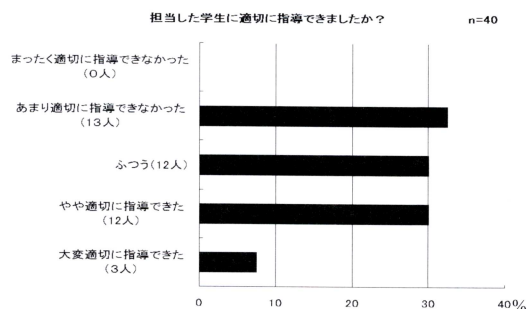
図 2-1



担当した学生に適切に指導できましたか？

<栄養士コース>

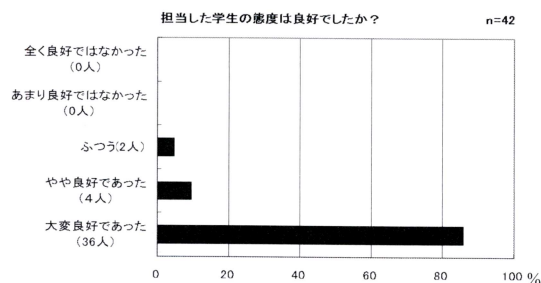
図 2-2



③ 担当した学生の態度は良好でしたか？

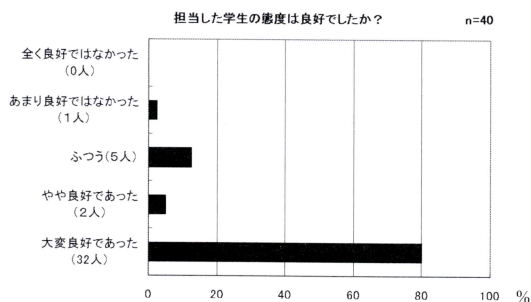
<児童教育学科>

図 3-1



<栄養士コース>

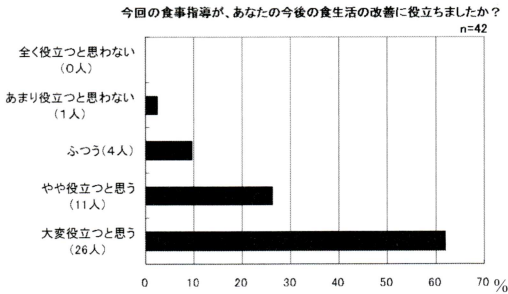
図 3-2



④今回の食事指導が、あなたの今後の食生活改善に役立ちましたか？

<児童教育学科>

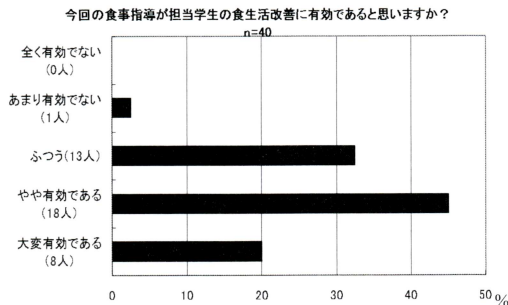
図4-1



今回の食事指導が、担当学生の食生活改善に有効であると思いますか？

<栄養士コース>

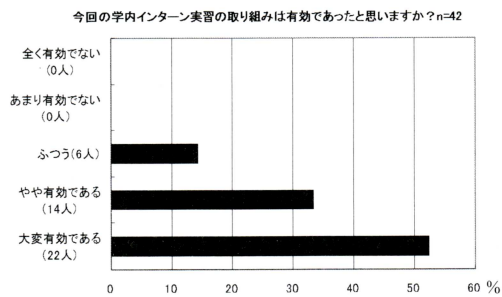
図4-2



⑤今回の実習の取り組みは有効であったと思いますか？

<児童教育学科>

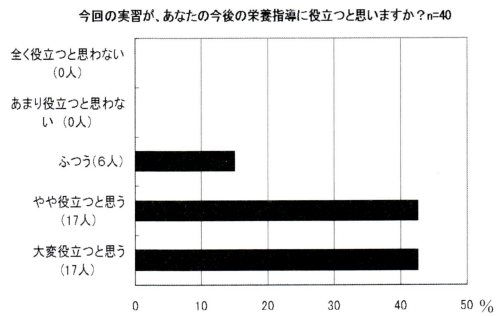
図5-1



今回の実習が、あなたの今後の栄養指導に役立つと思いますか？

<栄養士コース>

図5-2



5. 考察

今回の実習の取り組みは、指導者である栄養士コースの学生に面倒である(45%)と答えたものが多かった。(図1-1,1-2) 児童教育学科の学生には、食事調査には、秤量法を用いず、目安量を記入してもらい、(例：ご飯160gと表記するのではなく茶碗一杯など)少しでも調査の負担を軽くした。栄養士コースの学生は、送信された写真メールの映像より、分量や食材を分析し、菓子や加工食品については、企業のHPや電話により、原材料や分量を分析した。また、分量や食材の分かりづらいものは、個々にメールや面接で、対象学生に聞き取り調査をした。予想以上に、菓子、清涼飲料、加工食品の摂取量が多く、調査には手間がかかったために、面倒であると答えた学生が多かったと推察される。



学生より、送信された写真メール

また、児童教育の学生は、指導内容が適切であったと答えるものが非常に多く(95.2%)、逆に、栄養士コースの学生は、指導が適切であったと答えるものは少なく(37.5%)、栄養士コースの学生の指導力の自信の無さが視われた。(図2-1、図2-2)

指導した学生、担当した学生の態度は、お互いに良好であったと答える学生が多く、良好な雰囲気の中、実習が行われたことが推察される。(図3-1、3-2) 実習に入る前に、今回の実習が、同じ短期大学で専門教育を学ぶ学生の職業実践教育であることを十分に説明していたため、非常に協力的な雰囲気、実習に臨むことができた。

今回の食事指導が、今後の食生活改善に役立つかという設問に対しては、両者とも役立つと答えたものが多く、特に児童教育学科の学生に、大変役立つと思うと答えたものが多く(61.9%)、今回のインターン実習が児童教育の学生の食生活改善に役立ったことが分かった。(図4-1,4-2)

今回の実習の取り組みの有効性については、両学科とも有効であると答えたものが多く、栄養士コースの学生においては、今後の栄養指導に役立つと答えたものが多く(85%)、職業実践教育の一応の成果はあった。

(図5-1,5-2) また、学科を超えた交流授業は、他職種理解にもつながり、学生の学習意欲向上への刺激になるのではないかと推察される。

6. 結論

栄養士養成課程における、インターン実習は、学外実習においては、免許必修科目として、給食管理校外実習として1週間の実習が義務付けられており(管理栄養士養成過程は4週間)、卒業後の就職先である事業所や福祉施設で、インターンシップ実習は実施されている。しかし、大変短い期間での臨地実習では、栄養士の給食管理業務を垣間見るだけで終わってしまい、栄養士本来の業務である栄養指導業務までは実習できていないのが現状である。他のコ・メディカル専門職養成機関でのインターン実習期間は、看護師が1035時間以上の臨地実習、薬剤師は10週間程度の臨地実習が義務付けられている。将来、NST(栄養サポートチーム)の一員として栄養指導業務に携わるには、栄養士養成課程修了の学生は、3年間の栄養指導業務の実務経験を経て、管理栄養士国家試験合格後、管理栄養士を取得する必要がある。学生時代より、上級資格である管

理栄養士を目指す動機付けの意味や、福祉施設や事業所給食、保育所や幼稚園での栄養指導業務を円滑に行うためにも、養成課程期間中の栄養指導実践教育であるインターン実習が、非常に意義のあることが、今回の調査で分かった。

また、栄養士業務が、人々を健康の維持増進のための望ましい食行動の変容へと導く職務を果たすためには、教育期間中から専門職としての“やりがい感”を習得することは、専門職としての使命を実感する有意義な体験となる。今回の学科間を超えた職業実践教育の取り組みは、他の栄養士養成施設では、まだ行われていない新しい試みであるので、今後、さらに実習内容や方法を検討・改良して職業実践教育の取り組みを続けていきたい。

今回は、将来、子供たちの食育指導担当者となる児童教育学科の学生に、この実習が、食育の重要性を認識する機会となることも目的のひとつであったが、まずは、自分自身の食生活を改善することが、子供たちの健全な食育指導につながる第一歩ではないかと考える。そこで、現在、本学の栄養士コースで既に実施している学外食育指導実習を、やはり学科間を超えた交流授業の取り組みに発展させ、将来、同じ職域で仕事をする栄養士と幼稚園教諭・保育士が、其々の専門的立場からチームワークを組んで食育指導ができる人材育成教育へとつなげていきたいと考えている。

尚、児童教育学科の学生の栄養素摂取状況については、別の機会に報告したい。

7. 謝辞

今回の学内インターン実習を行うにあたって、児童教育学科の久本信子准教授、尾関清子非常勤講師に、貴重な授業時間の中で、本研究の趣旨をご理解いただき、快くご協力いただいたことに心から感謝の意を表します。また、栄養教育論実習の授業補助をしていた山崎真理子助教、阪本祥子助手に、実習準備の手助けをいただいたことに厚くお礼を申し上げます。

8. 参考文献

- 大野知子・辻とみ子 編著 (2009)
 ヘルス21栄養教育・栄養指導論第6版：医歯薬出版
 永野君子・南幸・山本隆子 編著 (2005)

アクティブ栄養教育・指導論 第4版：医歯薬出版

小松啓子著・大谷貴美子編（2009）

栄養カウンセリング論 第2版：講談社

ピアスーパーバイザーからのコメント

先生が取り組んでこられた職業実践教育としての学内インターン実習に関して、偶然にも以前先生ご自身から少しお話を伺ったことがありました。先生の前向きな、栄養士を目指す学生達への熱い思いが伝わってきたことと、食育に対する私自身の思いとから、その時大変興味を持ってお聞きしたように覚えております。

現場での栄養指導は、確かな知識と面接技術に裏打ちされた、おそらく人と人との出会いが重要な場なのでしょうか。そこで保育者となる児童の学生が対象者となって、自らの食生活を見直し、いずれ子供や保護者に“食べる”意味を伝えていくこと。また学科を超えた交流授業の取り組み。現場でチームを組むことの大切さなど、論文の中から何層にもわたってテーマが提示され、刺激を頂いたように思います。

論文を読み進みながら、反省・報告会での具体的なやり取りや食事内容（写真も見てみたいです）など個々の事例が知りたいという思いが強くなりました。それは、別の機会に報告されるとのこと、読ませて頂くのがとても楽しみになっています。ありがとうございました。

（担当：番匠明美）